

Τα καθήκοντα της Συμβούλου του Συνδέσμου Θηλασμού της LLL

- Βοηθάει μητέρες σε προσωπικό επίπεδο από το τηλέφωνο ή πρόσωπο-με-πρόσωπο, κρατώντας ακριβή πρακτικά για κάθε περίπτωση.
- Προετοιμάζει και διευθύνει τη συζήτηση των μηνιαίων συναντήσεων.
- Επιβλέπει τη διαχείριση της Ομάδας, που περιλαμβάνει τις συνδρομές των μελών, τα οικονομικά, τους βοηθούς της Ομάδας, τη δανειστική βιβλιοθήκη και το υλικό προς πώληση. Επίσης, δίνει μηνιαίες αναφορές για τις δραστηριότητές της μέσα στο Σύνδεσμο.
- Ενημερώνεται για τις πρόσφατες εξελίξεις πάνω στο θηλασμό, επωφελείται από τις ευκαιρίες που υπάρχουν μέσα στο Σύνδεσμο για να συνεχίσει να εκπαιδεύεται, μέσω έντυπου υλικού, συναντήσεων, αλληλογραφίας και μέσω του δικτύου υποστήριξης των Συμβούλων Θηλασμού.
- Δείχνει ενεργό ενδιαφέρον για να βοηθήσει άλλες μητέρες να μάθουν για το πώς μπορούν να γίνουν Σύμβουλοι Θηλασμού και τις βοηθάει να πετύχουν αυτόν τον στόχο.

Ο σκοπός του Συνδέσμου της LLL

Ο Σύνδεσμος της La Leche League ιδρύθηκε για να προσφέρει πληροφορίες και ενθάρρυνση, κυρίως μέσω προσωπικής βοήθειας, σε όλες τις μητέρες που θέλουν να θηλάσουν τα μωρά τους. Συμπληρώνοντας την φροντίδα των γιατρών και των άλλων επαγγελματιών στον χώρο της υγείας, ο Σύνδεσμος αναγνωρίζει τον μοναδικό ρόλο που παίζει μια μητέρα όταν βοηθάει μιαν άλλη στο να διακρίνει τις ανάγκες του παιδιού της και να μάθει τον καλύτερο τρόπο για να τις εκπληρώσει.

Ο Σύνδεσμος Θηλασμού - La Leche League είναι μια διεθνής εκπαιδευτική οργάνωση, ανεξάρτητη από θρησκευτικό προσανατολισμό και διακρίσεις ή ιδιαιτερότητες.

Πώς μπορείς να μάθεις περισσότερα για το Σύνδεσμο Θηλασμού της LLL

- Διάβασε το βιβλίο «Μητρικός Θηλασμός», κι αν διαβάζεις στα Αγγλικά, το εγχειρίδιο THE WOMANLY ART OF BREASTFEEDING.
- Διάβασε φυλλάδια του ΣΘΕ και μπες στα επίσημα sites .
www.lllgreece.org
www.llli.com
www.galoucho-lllgr.org
 - Γίνε μέλος του Συνδέσμου Θηλασμού Ελλάδος (LLL Greece) μπες στον παρακάτω σύνδεσμο.
<http://www.lllgreece.org/gine-melos-tou-syndesmou>
- Παρακολούθησε τις μηνιαίες συναντήσεις, αν υπάρχουν στην περιοχή σου. Θα γίνεις μέλος του δικτύου υποστήριξης μητέρας-προς-μητέρα, το οποίο προσφέρει πληροφόρηση και ενθάρρυνση. Ακόμα, μπορείς να βρεις χρήσιμες πληροφορίες στη δανειστική βιβλιοθήκη της Ομάδας.
- Πρόσφερε τη βοήθειά σου στην Ομάδα, πχ σαν βιβλιοθηκάριος, ταμίας, γραμματέας ή σαν οικοδέσποινα.

Πώς μπορείς να μάθεις περισσότερα για τα καθήκοντα της Συμβούλου Θηλασμού

Συζήτησε το περιεχόμενο αυτού του φυλλαδίου με μια από τις Συμβούλους Θηλασμού της Ομάδας σου. Εκείνη θα σου δώσει περισσότερες πληροφορίες και θα σε βοηθήσει να αποφασίσεις αν σου ταιριάζει ο ρόλος της Συμβούλου Θηλασμού. Αν δεν υπάρχει Σύμβουλος Θηλασμού στην περιοχή σου, τότε μπορείς να στείλεις email στο ladlllgreece@gmail.com
Τμήμα Προετοιμασίας Συμβούλων
Ή να επικοινωνήσεις απευθείας με τη Συντονίστρια του Τμήματος Προετοιμασίας των Συμβούλων Νατάσσα Καψάλη (τηλ. 2310345, nkapsali@gmail.com)

Μετάφραση: Φλωρεντία Χρυσικού. Αυτό το φυλλάδιο είναι μετάφραση του φυλλαδίου No.4
"Becoming a LLL Leader" Revised 3/98 – copyright © La Leche League International, Inc

Τελευταία ενημέρωση 1-2-2019



Σύνδεσμος Θηλασμού Ελλάδος
La Leche League Greece
Τμήμα Προετοιμασίας Συμβούλων,
Νατάσσα Καψάλη, Email :
ladlllgreece@gmail.com

Πώς μπορείς να γίνεις Σύμβουλος του Συνδέσμου Θηλασμού της La Leche League

Οι Σύμβουλοι του Συνδέσμου Θηλασμού της La Leche League αποτελούν μέρος μιας παράδοσης που ξεκινάει από την αρχή της ανθρωπότητας: μια μητέρα να βοηθάει μιαν άλλη, στη γυναικεία τέχνη του θηλασμού

Ο Σύνδεσμος Θηλασμού της La Leche League κι εσύ

Είσαι μια μητέρα που

- έχεις ευχαριστηθεί να θηλάζεις το παιδί σου;
- θέλεις να μοιραστείς αυτήν την ευχαρίστηση με άλλες μητέρες;
- ξέρεις από πρώτο χέρι τα πλεονεκτήματα αυτού του φυσικού τρόπου για να γνωρίσεις και να ικανοποιήσεις τις ανάγκες του μωρού;
- έχεις χρόνο για να δουλέψεις εθελοντικά σε έναν οργανισμό που βοηθάει άλλες γυναίκες στην Ελλάδα και στον υπόλοιπο κόσμο;

Αν σου φαίνεται ενδιαφέρον, τότε ίσως να σου ταιριάζει να γίνεις Σύμβουλος Θηλασμού της LLL! Μια Σύμβουλος Θηλασμού της LLL γνωρίζει από προσωπική εμπειρία τί σημαίνει να ξεκινήσει κανείς να θηλάζει ένα νεογνήτο και γιατί ο θηλασμός είναι σημαντικός για ένα μεγαλύτερο μωρό. Αποτελεί ένα ζωτικό μέρος ενός οργανισμού, ο οποίος αναγνωρίζεται παγκόσμια σαν αυθεντία στο θηλασμό. Είναι μία από τις τουλάχιστον 6.000 ενεργές Συμβούλους Θηλασμού που έχουν πρόσβαση στις πληροφορίες του Συνδέσμου Θηλασμού της LLL στις περίπου 2.500 Ομάδες που υπάρχουν σε περισσότερες από 70 χώρες σε όλον τον κόσμο.

Βοηθώντας άλλους

Όταν μια μητέρα ξεκινάει να θηλάσει, έχει ανάγκη από ενθάρρυνση και πρακτικές συμβουλές. Οι Σύμβουλοι Θηλασμού της LLL τα προσφέρουν αυτά μέσω των μηνιαίων συναντήσεων και της τηλεφωνικής βοήθειας.

Υποστήριξη μητέρα-προς-μητέρα

Χρησιμοποιώντας την εμπειρία της και την εκπαίδευσή της μέσα στο Σύνδεσμο, η Σύμβουλος Θηλασμού προσφέρει υποστήριξη σαν μητέρα-προς-μητέρα. Ενθαρρύνει τη συζήτηση και τη διερεύνηση μιας ποικιλίας προσεγγίσεων στον τρόπο ανατροφής των παιδιών μέσω του θηλασμού και τη βαθύτερη κατανόηση των αναγκών του μωρού και του μοναδικού ρόλου της μητέρας στην ικανοποίηση αυτών των αναγκών.

Οι Αναγκαίες Προϋποθέσεις για να γίνει μια μητέρα Υποψήφια Σύμβουλος Θηλασμού

Προσωπική Εμπειρία Θηλασμού

Η μητέρα να έχει θηλάσει το μωρό της για τουλάχιστον εννέα μήνες, τη στιγμή που κάνει αίτηση για να γίνει Υποψήφια. Το μωρό να έχει τραφεί με μητρικό γάλα μέχρι να έχει υπάρξει ανάγκη για άλλες τροφές (δηλαδή μέχρι περίπου το μέσον του πρώτου χρόνου της ζωής του, για ένα φυσιολογικό, τελειόμηνο μωρό). Αν το μωρό έχει απογαλακτήσει, τότε να έχει θηλάσει για περίπου ένα χρόνο και ο τρόπος της μετάβασης από το θηλασμό να έδειξε σεβασμό στις ανάγκες του μωρού.

(Σημείωση: Εξετάζονται ξεχωριστά οι περιπτώσεις γυναικών που έχουν μια ασυνήθιστη εμπειρία θηλασμού)

Εμπειρία Ανατροφής του Παιδιού

Η μητέρα πιστεύει ότι ο θηλασμός στο στήθος είναι ο καλύτερος τρόπος διατροφής, ανατροφής και παρηγορίας ενός μωρού. Αναγνωρίζει, κατανόει και ανταποκρίνεται στις ανάγκες του μωρού της για την παρουσίας της, καθώς και για το γάλα της. Χειρίζεται τα οποιαδήποτε διαστήματα αποχωρισμού από το μωρό της με ευαισθησία και σεβασμό στις ανάγκες του.

Εμπειρία του Συνδέσμου

- Είναι μέλος του Συνδέσμου Θηλασμού Ελλάδος (La Leche League Greece).
- Υποστηρίζει τον σκοπό και τη φιλοσοφία του Συνδέσμου της LLL.
- Έχει παρακολουθήσει τουλάχιστον μία σειρά συναντήσεων (όταν αυτές υπάρχουν).
- Έχει δείξει την υποστήριξή της για το ΣΘΕ
- Έχει στην κατοχή της και γνωρίζει το περιεχόμενο του πακέτου «Μητρικός Θηλασμός» και την πιο πρόσφατη έκδοση του εγχειριδίου του Συνδέσμου THE WOMANLY ART OF BREASTFEEDING, επειδή αυτό είναι η πρωταρχική πηγή πληροφοριών για τη Σύμβουλο Θηλασμού της LLL
- Έχει συστατική επιστολή από μία Σύμβουλο του Συνδέσμου της LLL.

Προσωπικές Ικανότητες

- Κατέχει την ελληνική γλώσσα σε ικανοποιητικό βαθμό, προκειμένου να μπορεί να ολοκληρώσει την προετοιμασία της και να εκπληρώσει τα καθήκοντα της Συμβούλου του Συνδέσμου Θηλασμού της LLL.
- Έχει μια στάση αποδοχής και σεβασμού προς τους άλλους ανθρώπους.
- Δείχνει ζεστασιά και κατανόηση για τα αισθήματα των άλλων.
- Επιδεικνύει ή είναι πρόθυμη να αναπτύξει τις απαραίτητες δεξιότητες αποτελεσματικής επικοινωνίας.

Η φιλοσοφία του Συνδέσμου Θηλασμού της La Leche League

Πιστεύουμε ότι:

- Η μητρότητα μέσω του θηλασμού είναι ο πιο φυσικός και αποτελεσματικός τρόπος για να κατανοηθούν και να ικανοποιηθούν οι ανάγκες του μωρού.
- Μητέρα και μωρό έχουν ανάγκη να είναι μαζί από νωρίς και συχνά για να εδραιωθεί μια ικανοποιητική σχέση μεταξύ τους και μια επαρκής παραγωγή γάλακτος.
- Στα πρώτα χρόνια της ζωής του, το μωρό έχει επιτακτική ανάγκη να είναι μαζί με τη μητέρα του, που είναι τόσο βασική όσο και η ανάγκη του για τροφή.
- Το ανθρώπινο γάλα είναι η φυσική τροφή για τα μωρά που ικανοποιεί με μοναδικό τρόπο τις μεταβαλλόμενες ανάγκες τους.
- Για ένα υγιές, τελειόμηνο μωρό το μητρικό γάλα είναι η μόνη απαραίτητη τροφή γι' αυτό, μέχρι να δείξει σημάδια ότι χρειάζεται στερεές τροφές, περίπου στο μέσον του πρώτου χρόνου της ζωής του.
- Ιδανικά, η σχέση θηλασμού συνεχίζεται μέχρι το μωρό να πάψει να την έχει πια ανάγκη.
- Η συνειδητή και ενεργή συμμετοχή της μητέρας στη γέννα βοηθάει στο καλό ξεκίνημα του θηλασμού.
- Η στοργική συμπαράσταση, βοήθεια και συντροφικότητα του πατέρα ενισχύει τη σχέση θηλασμού μεταξύ μητέρας και μωρού. Η μοναδική σχέση του πατέρα με το μωρό είναι ένα σημαντικό στοιχείο στην ανάπτυξη του παιδιού από την πρώτη βρεφική ηλικία.
- Καλή διατροφή σημαίνει να τρώει κανείς ένα ισορροπημένο και ποικίλο διαιτολόγιο, με τροφές που είναι όσο το δυνατόν πιο κοντά στη φυσική τους κατάσταση.
- Από τη βρεφική ηλικία, τα παιδιά χρειάζονται στοργική καθοδήγηση που δείχνει αποδοχή στις ικανότητές τους και ευαισθησία στα αισθήματά τους.